



beautybasics

Antioxidanzien

SERIE, TEIL 8 – Es gibt kosmetische Klassiker, die sind aus der Hautpflege nicht wegzudenken. Inhalts- und Wirkstoffe, die zu diesen Basics zählen, stellt Kosmetikexpertin Sarah White in unserer neuen Serie vor.



Foto: gooduz/Shutterstock.com; Illustration: Anusorn Nakdee/Shutterstock.com



Ein Zuviel an freien Radikalen fördert bekanntlich die Hautalterung – und genau da kommen Antioxidanzien ins Spiel. Schon seit langer Zeit werden sie in Kosmetikprodukten eingesetzt, um die Hautalterung von außen zu **verlangsamen**.

Schneidet man einen Apfel und lässt ihn einige Zeit offen an der Luft stehen, färbt er sich ziemlich schnell braun und wird unansehnlich. Tropft man hingegen etwas Zitronensaft auf die Schnittstelle, behält er sein frisches Aussehen.


Aber was steckt genau dahinter? Der unbehandelte Apfel reagiert mit dem Luftsauerstoff und wird braun. Zitronensaft enthält Vitamin C, ein klassisches Antioxidans, und verhindert diese ungewollte Reaktion. Denn Antioxidanzien, sowohl körpereigene

als auch solche, die in unserer Nahrung und in unseren Kosmetikprodukten enthalten sind, verlangsamen die Oxidation durch freie Radikale. Freie Radikale sind ein Nebenprodukt des Stoffwechsels und erst mal nicht schädlich. Erst ein Zuviel davon führt zu Schädigungen.

Freie Radikale sind Moleküle, die ein ungepaartes und damit hochreaktives Elektron besitzen. Sie streben nach dem Zustand eines gepaarten Elektrons und „greifen“ deshalb andere Moleküle an. So können ganze Kettenreaktionen in Gang gesetzt werden, welche weitere freie Radikale entstehen lassen und zu **Schädigungen** im Körper führen können.

Die Bildung freier Radikale kann durch äußere (exogene) und innere (endogene) Umstände begünstigt werden. Zu den **endogenen** Faktoren zählen primär bestimmte Stoffwechselprozesse, zu den **exogenen** zum Beispiel UV-Strahlung, Alkohol und Nikotin.

Auf unserer Haut werden die Folgen freier Radikale durch vorzeitige **Hautalterung** sichtbar, vor allem in Form von Faltenbildung und anderen Alterserscheinungen. Genau deshalb werden Antioxidanzien in Kosmetikprodukten eingesetzt. Sie sollen vor



Teil 9 zum Thema „Panthenol“ folgt in einer der nächsten Ausgaben.

einer vorzeitigen Hautalterung durch die Auswirkungen freier Radikale schützen, indem sie die Oxidation anderer Substanzen deutlich verlangsamen oder gänzlich unterbinden. Zu den wohl bekanntesten Antioxidanzien in Hautpflegeprodukten zählen **Vitamin E, Vitamin C** und **Q10**. Geringe Mengen von Antioxidanzien in einem Produkt dienen übrigens eher dem Produktschutz. Besonders Öle schützt man durch Antioxidanzien vor dem Ranzigwerden. Sie verhindern außerdem, dass sich das Produkt in Geruch oder Aussehen verändert. □

BISHER ERSCHIENEN ...	
Vitamine	10/2018
Peptide	11/2018
Ceramide	12/2018
Hyaluronsäure	2/2019
Fruchtsäuren	3/2019
Bioflavonoide	4/2019
Salicylsäure	6/2019



SARAH WHITE
Die Autorin war als internationale Trainerin für die Kosmetikbranche tätig. Auf ihrer Website berichtet sie über Hautpflege und Wirkstoffe. www.iluqua.com

